

Holsteiner Kräutersalat mit geräuchertem Aal und Roter Bete

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 4m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 14m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '14', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '4m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Der etwas andere Vorspeisensalat, wie man ihn an der Küste mag

Zutaten

- Geputzte, taufrische Kräutersalate für 4 Personen nach Jahreszeit und Marktangebot, z. B.: Rauke, Salbei, Zitronenmelisse, Sauerampfer, Koriander, Limonenbasilikum, Brunnenkresse, wenig Liebstöckel, glatte Petersilie, Schnittlauch, ev. noch einige essbare Blüten
- 350 g Räucheraalfilet in 3 cm großen Stücken
- (Geht auch mit geräucherter Makrele)
- 500 g gekochte rote Bete, süß - sauer eingelegt, in 1 cm großen Würfeln (Eingeschweißt aus dem Supermarkt)
- Frisch geriebener Meerrettich oder Sahne Meerrettich
- 40 g kleine Murcia Kapern
- Für die Vinaigrette:
 - 4 El weißer Balsamico
 - 1 Tl mittelscharfer Senf
 - 8 El Oliven - oder Sonnenblumenöl
 - Salz, frisch gemahlener Pfeffer, ev. 1 Prise Zucker

Zubereitungsart

Schritt1

Die Vorbereitungen.

Schritt2

Den Senf mit dem weißen Balsamico verrühren, salzen und pfeffern, ev. eine Prise Zucker dazu geben, alles mit dem Öl verrühren.

Schritt3

Anrichtevorschlag:

Schritt4

Zunächst die taufrischen Kräuter in bunter, gemischter Folge auf einem großen, dekorativen Vorspeisenteller anrichten. Mit der Vinaigrette beträufeln und die rote Bete Würfel, die Kapern und die Räucheraal Stücke verteilen.

Schritt5

Etwas Schnittlauch und Petersilienblätter, sowie frisch geriebenen Meerrettich darüber geben und mit geröstetem Vollkornbrot zu Tisch geben.

Rezeptart: Kalte Vorspeisen **Tags:** althergebracht, holsteinisch, modern überarbeitet

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/holsteiner-kraeutersalat-mit-geraeuchertem-aal-und-roter-bete/>